

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket siswa putra-putri MAN Yogyakarta 1 yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket secara keseluruhan berkategori cukup. Secara rinci, sebanyak 0 orang (0,00%) berkemampuan dasar bermain baik sekali, 6 orang (24,00%) berkemampuan dasar bermain baik, 7 orang (28,00%) berkemampuan dasar bermain cukup, 6 orang (24,00%) berkemampuan dasar bermain sedang, 6 orang (24,00%) berkemampuan dasar bermain kurang, 0 orang (0,00%) berkemampuan dasar bermain kurang sekali, dan 0 orang (0,00%) berkemampuan dasar bermain jelek.

B. Implikasi

Sesuai dengan penemuan dalam penelitian ini, maka implikasi dari penemuan tersebut adalah sebagai pengembangan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani pada umumnya dan khususnya program ekstrakurikuler bolabasket supaya lebih meningkatkan kualitas latihan salah satunya yaitu dengan cara membuat program latihan yang tersusun dengan baik dan berkesinambungan serta memperhatikan intensitas, frekuensi, dan durasi dalam latihan. Dengan harapan mampu meningkatkan tingkat keterampilan dasar bermain bolabasket dan mampu berprestasi dalam olahraga bolabasket.

C. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain :

1. Peneliti tidak dapat mengontrol peserta tes apakah melakukan aktivitas yang berat atau tidak sebelum melakukan tes.
2. Peneliti tidak mengontrol tekanan angin pada bolabasket yang digunakan untuk tes saat pengambilan data.
3. Prasarana (lapangan) bolabasket menggunakan *paving* sehingga pada saat melakukan *dribble* hasilnya kurang akurat.

D. Saran-saran

Sehubungan dengan hasil dari penelitian mengenai kemampuan dasar bermain bolabasket peserta ekstrakurikuler siswa putra-putri MAN Yogyakarta 1, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Guru Pendidikan Jasmani

Guru pendidikan jasmani supaya dapat mengembangkan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dalam mengajar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan memberikan permainan yang dimodifikasi serta disesuaikan dengan kemampuan siswa dan memberikan metode latihan gerak dasar melalui permainan yang dimodifikasi.

2. Siswa

Disarankan kepada siswa supaya dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani di sekolah secara sungguh-sungguh agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai, serta melakukan latihan diluar jam belajar mengajar dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.



Foto passing putri



foto dribbling putri



Foto shooting putri



Foto passing putra



Foto dribbling putra



Foto shooting putra

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mukholid. (2004). *Pendidikan jasmani*, Bogor: Yudhistira
- Amung M & Saputra M.Y. (1999). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Ari Dwi. (2009). Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 9 Purworejo Tahun Ajaran 2008/2009. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- B.Suryosubroto. (1990). *Tata Laksana Kurikulum*. Jakarta
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bola Basket*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Depdiknas. (2004). *Pedoman Pengembangan Instrumen dan Penilaian ranah Psikomotor*. Jakarta: Depdiknas.
- Ernawati Kusumaningsih dan M. Hamid Anwar. (2010). *Motivasi Siswa Putri SMA N 1 Jetis Bantul Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Fredi. (2010). Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa SMA Negeri 1 Purwonegoro Banjarnegara Tahun Pelajaran 2009/2010. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hall Wissel. (1996). *Bola basket*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- _____. (2000). *Bola Basket*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hari Amirullah. (2003). *Alat Evaluasi Keterampilan Bermain Bola Basket: Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas.
- Hendrik Novtiana. (2011). Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Putra-putri SMA Negeri 1 Purwareja Klampok yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Jon Oliver. (2007). *Dasar-dasar Bolabasket*. Jakarta: Gramedia.
- Magill, Richard A. (1984). *Motor Learning: Concepts and Application*. Madison Wisconsin: Brown and Benchmark Publisher.
- Machfud Irsyada. (2000). *Bola Basket*. Jakarta: Depdikbud.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Kelas X*. Bandung: Erlangga.

- Ngatman. (2001). *Petunjuk Praktikum Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Permainan Bola Basket*. Solo: Era intermedia.
- Priya Pandu Hardaya. (2010). Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Putri SMK Negeri 1 Kalasan Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket Tahun Ajaran 2009/2010. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Renaning Hati. (2010). Tingkat Keterampilan Bolabasket Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Ngaglik Sleman. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Rusli Lutan. (2001). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Depdikbud.
- Saiffudin Anwar. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Singer, Robert N. (1980). *Teaching Physical Education: A System Approach*. Boston: Houghton Mifflin Company
- Sri Widiastuti dan Nur Rohmah M. (2010). *Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Pembelajaran Sepakbola Melalui Kucing Tikus Pada Siswa kelas 4 SD Glagahombo 2 Tempel: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sudjana. (2002). *Metode Statistik*. Bandung.
- Sudrajat Prawirasaputra. (2000). *Sepak Takraw*. Jakarta: Balai pustaka.
- Sugiyono (2006). *Statsitik untuk penelitian*. Bandung: PT Alfa Beta
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tisnowati Tamat. (2005). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- _____. (2006). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Yudha M. Saputra. (1999). *Pengembangan Kegiatan Motorik KO dan Ekstrakurikuler*. Depdikbud.